

# О БИХЕВИОРИЗМЕ

НАУЧНЫЙ ПОДХОД К ИЗУЧЕНИЮ ПОВЕДЕНИЯ

Б. Ф. СКИННЕР

# **Беррес Фредерик Скиннер**

## **О бихевиоризме**

Серия «Легенды психологии.  
Книги Б. Ф. Скиннера»

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=69406771](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69406771)*

*О бихевиоризме:  
ISBN 978-5-04-189142-8*

### **Аннотация**

Беррес Фредерик Скиннер (1904-1990) – яркий представитель бихевиоризма и одна из самых влиятельных фигур в истории психологии. Развивая идеи Ивана Павлова и Джона Уотсона, он вызывал острые дискуссии своими работами и заставлял задуматься над природой человеческого поведения.

Его выдающийся вклад в популяризацию бихевиоризма широко используется и сегодня, начиная от дрессировки животных и заканчивая достижениями современной когнитивно-поведенческой терапии и поведенческого анализа.

Фундаментальная книга Скиннера о бихевиоризме впервые переведена на русский язык.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

# Содержание

Введение	5
1	13
Структурализм	17
Методологический бихевиоризм	20
Радикальный бихевиоризм	25
Пара слов предостережения	29
2	33
Наблюдение и описание внутреннего мира	35
Сообщения о своих чувствах	37
Сообщения о поведении	41
Выявление причин поведения	47
Конец ознакомительного фрагмента.	48

# Беррес Фредерик Скиннер

## О бихевиоризме

B. F. Skinner

ABOUT BEHAVIORISM

Copyright © 1974 by B. F. Skinner

All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form.

This edition published by arrangement with Alfred A. Knopf, an imprint of The Knopf Doubleday Group, a division of Penguin Random House LLC.

© Митрофанов И.В., перевод на русский язык, 2023

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2023

# Введение

Бихевиоризм – это не наука о человеческом поведении, это скорее его философия. Среди вопросов, которые рассматривает бихевиоризм, есть следующие: возможна ли вообще такая наука? Сможет ли она объяснить все аспекты человеческого поведения? Какие методы она будет использовать? Являются ли ее законы столь же достоверными, как законы физики и биологии? Приведет ли она к созданию технологий, и если да, то какую роль они будут играть в человеческой цивилизации? Особенно важно то, как она связана с предыдущими подходами к этой теме. Человеческое поведение – наиболее привычная характеристика мира, в котором живут люди, и о нем было сказано больше, чем о любой другой вещи; что из сказанного стоит учитывать?

В конечном итоге успех или неудача научных исследований станут ответом на эти вопросы. Однако на некоторые из них необходимо получить хотя бы предварительный ответ уже сейчас. Многие умнейшие люди считают, что ответы уже найдены и что все они пессимистичны. Вот, например, некоторые из типичных утверждений о бихевиоризме. Все они, на мой взгляд, ошибочны.

1. Бихевиоризм игнорирует сознание, чувства и душевные состояния.
2. Он игнорирует врожденные таланты и утверждает, что

все поведение нарабатывается в течение жизни.

**3.** Он трактует поведение как просто набор реакций на стимулы, представляя человека как автомат, робота, марионетку или машину.

**4.** Он не пытается учесть когнитивные процессы.

**5.** В нем нет места намерению или цели.

**6.** Он не способен объяснить творческие достижения – например, в искусстве, музыке, литературе, науках или, скажем, в математике.

**7.** В нем нет места Я или самоощущению.

**8.** Он непременно поверхностен и не может рассматривать глубины разума и личности.

**9.** Он ограничивается прогнозированием и контролем поведения и упускает из виду суть человеческого бытия.

**10.** Он работает на животных, особенно на белых крысах, но не на людях, и поэтому его картина человеческого поведения ограничивается чертами, присущими и людям, и животным.

**11.** Его достижения в лабораторных условиях не поддаются воспроизведению в повседневной жизни, поэтому все, что он может сообщить о поведении человека в мире в целом, является ничем не подкрепленной метанаукой.

**12.** Он слишком упрощен и наивен, а его выводы либо тривиальны, либо уже хорошо известны.

**13.** Он скорее наукообразен, чем научен. Он просто подражает науке.

**14.** Его технологические достижения могли бы быть достигнуты с помощью банального здравого смысла.

**15.** Если утверждения этой науки верны, они должны относиться и к самому бихевиористу – таким образом, слова исследователя продиктованы его поведением и не могут быть истинными.

**16.** Он дегуманизирует человека, носит редукционистский характер и стирает человеческую суть.

**17.** Он занимается лишь общими принципами и поэтому пренебрегает неповторимостью отдельного человека.

**18.** Он неизбежно антидемократичен, поскольку отношения между экспериментатором и испытуемым манипулятивны, и поэтому его результаты могут быть использованы диктаторами, но не людьми с добрыми намерениями.

**19.** Он воспринимает абстрактные идеи вроде морали и справедливости как вымысел.

**20.** Он безразличен к теплу и насыщенности человеческой жизни и несовместим с творчеством и наслаждением искусством, музыкой и литературой, а также с любовью к ближним.

Эти утверждения, как мне кажется, представляют собой чрезвычайно непонимание достижений и значения научной деятельности. Как это можно объяснить? Возможно, некоторые проблемы возникли из-за ранней истории движения. Первым очевидным бихевиористом был Джон Бродес Уотсон, который в 1913 году опубликовал своего рода манифест

под названием «Психология с точки зрения бихевиориста». Как видно из названия, он не создавал новую науку, а утверждал, что психология должна сосредоточиться на изучении поведения. Возможно, в этом была стратегическая ошибка. Большинство психологов того времени считали, что изучают психические процессы в мире сознания, и они, естественно, не были склонны соглашаться с Уотсоном. Ранние бихевиористы потратили много времени и не заметили основной проблемы, обрушившись на интроспективное изучение жизни разума.

Сам Уотсон провел важные наблюдения за инстинктивным поведением и был, по сути, одним из первых современных этологов. Но также большое впечатление на него произвели новые данные о том, чему может научиться организм, и он сделал ряд довольно экстремальных заявлений о потенциале новорожденного человека. Сам он назвал их преувеличениями, но с тех пор они используются для его дискредитации. Его новая наука тоже, так сказать, родилась преждевременно. Тогда было все еще крайне мало установленных фактов о поведении – в частности, о человеческом поведении. Нехватка данных всегда является проблемой для новой науки, но для смелой программы Уотсона в такой обширной области, как человеческое поведение, это было особенно опасно. Ему требовалось куда больше материала, чем он получил, поэтому неудивительно, что многое из его утверждений выглядело чрезмерно упрощенным и наивным.



Среди имевшихся под рукой поведенческих фактов были безусловные и условные рефлексы, и Уотсон их максимально использовал. Но рефлекс предполагал тип причинности, недалеко ушедший от концепции механизма, как это представлялось в девятнадцатом веке. Работы русского физиолога Павлова, опубликованные примерно в то же время, произвели похожее впечатление, и «оно не изменилось, несмотря на модель» «стимул – реакция», возникшую в течение следующих трех или четырех десятилетий.

Естественно, Уотсон выделял наиболее воспроизводимые результаты, какие только мог найти, а большинство из них были получены на белых крысах и собаках Павлова. Похоже, Уотсон подразумевал, что поведение человека не имеет никаких отличительных черт. И чтобы подкрепить заявление о том, что психология – это наука, и подтвердить свои исследования, он заимствовал данные из анатомии и физиологии. Павлов придерживался той же линии, настаивая, что его поведенческие эксперименты – это «исследование физиологической активности коры головного мозга», хотя ни тот ни другой не могли указать ни на одно непосредственное наблюдение нервной системы, проливающее свет на поведение. Они также были вынуждены поспешно интерпретировать сложное поведение: Уотсон утверждал, что мышление – это просто субвокальная речь, а Павлов считал язык «второй сигнальной системой». Уотсону практически нечего было сказать о замыслах, целях или творческой деятельности.

Он подчеркивал технологические перспективы науки о поведении, но его примеры были несовместимы с манипулятивным управлением.

С тех пор как Уотсон опубликовал свой манифест, прошло более шестидесяти лет, и за это время случилось многое. Научный анализ поведения достиг значительного прогресса, и недостатки в изложении Уотсона теперь, как мне кажется, представляют главным образом исторический интерес. Критика тем не менее не претерпела значительных изменений. Все перечисленные выше недоразумения можно найти в современных публикациях философов, теологов, социологов, историков, литераторов, психологов и многих других. Заблуждения ранней истории движения вряд ли могут служить достаточным объяснением.

Некоторые проблемы, несомненно, возникают из-за того, что человеческое поведение – очень деликатная область. Трудно переоценить значение нашего взгляда на самих себя, и бихевиористская концепция может потребовать несколько нелицеприятных перемен в этой области. Более того, термины, возникшие из ранних формулировок, глубоко вошли в наш язык, и мы уже несколько веков используем их как в профессиональной, так и в обычной литературе. Но было бы несправедливо утверждать, что критики не в состоянии освободиться от этих исторических предрассудков. Должна быть другая причина, почему бихевиоризм как философия науки о поведении до сих пор так серьезно недопонимается.

Я полагаю, что причина в следующем: неправильно понимается сама наука. Существует множество различных направлений науки о поведении, и некоторые из них, как я покажу позже, ограничивают эту область, не затрагивая важные бихевиористские вопросы. На перечисленные выше критические замечания наиболее эффективно отвечает специальная дисциплина под названием «экспериментальный анализ поведения». Поведение отдельных организмов изучается в тщательно контролируемых условиях, после чего устанавливается связь между поведением и средой. К сожалению, за пределами этой науки о таком анализе известно немного. Наиболее активные исследователи, а их сотни, редко пытаются объяснить свои знания неспециалистам. В результате мало кто знаком с научной базой того, что, на мой взгляд, является наиболее убедительным изложением бихевиористской позиции.

Представленный мною в этой книге бихевиоризм – философия этой особой версии науки о поведении. Читатель должен знать, что не все бихевиористы согласятся с тем, что я скажу. Уотсон говорил как представитель бихевиоризма, и в свое время он *был* бихевиористом, но в наши дни никто не возьмется считать так же. Все изложенное далее отражает мое личное мнение – и, как бихевиорист, я обязательно должен это уточнить. Однако я надеюсь, что это последовательное и связное изложение адекватно отвечает на критику, перечисленную выше.

Этому исследованию я придаю важное значение. Ведь основные проблемы, стоящие сегодня перед миром, могут быть решены только в том случае, если мы сможем лучше понимать поведение человека. Традиционные взгляды существовали на протяжении веков, и справедливо будет сказать, что они оказались несостоятельными. Они в значительной степени ответственны за ситуацию, в которой мы сейчас оказались. Бихевиоризм предлагает многообещающую альтернативу, и я написал эту книгу в попытке разъяснить его позицию.

# 1

## Причины поведения

Почему люди ведут себя так, как они себя ведут? Вероятно, сначала это был чисто прикладной вопрос: как можно предугадать действия другого человека и, следовательно, подготовиться к ним? Позже специалистов стало больше интересовать, как можно подтолкнуть другого человека вести себя определенным образом? В конце концов возникла проблема понимания и объяснения поведения как такового. Ее всегда можно свести к вопросу о причинах.

Мы склонны утверждать, часто опрометчиво, что если одно событие следует за другим, оно, вероятно, было им вызвано – следуя древнему принципу *post hoc, ergo propter hoc* (после этого, следовательно, по причине этого). Из многих примеров, которые встречаются при объяснении человеческого поведения, один особенно важен. Человек, с которым мы знакомы лучше всего, – это мы сами; многие вещи, которые мы наблюдаем в себе и своем теле перед каким-то действием или реакцией, легко принять за причины нашего поведения. Если нас спросят, почему мы так резко разговаривали с другом, мы можем ответить: «Потому что я разозлился». Это правда, мы почувствовали гнев до или во время разговора, и поэтому мы принимаем наш гнев за причину на-

ших слов. На вопрос, почему мы не ужинаем, мы можем ответить: «Потому что я не голоден». Мы часто чувствуем голод, когда едим, и поэтому делаем вывод, что мы едим, потому что чувствуем голод. На вопрос, почему мы идем купаться, мы можем ответить: «Потому что мне хочется». Похоже, мы имеем в виду: «Если я чувствовал это раньше, то вел себя так-то и так-то». Чувства возникают в нужное время, чтобы служить причиной поведения, и на них ссылались веками. Мы предполагаем, что другие люди чувствуют то же, что и мы, когда они ведут себя так, как ведем себя мы.

Но где находятся эти чувства и душевные состояния? Из чего они состоят? Традиционный ответ заключается в том, что они находятся в мире вне физического измерения, называемом разумом, и что они имеют умственную природу. Но тогда возникает другой вопрос: как психическое событие может вызвать или само быть вызванным физическим событием? Если мы хотим предсказать, что сделает человек, как мы узнаем ментальные причины его поведения и как мы можем вызвать чувства и состояния ума, которые побудят его вести себя определенным образом? Предположим, например, что мы хотим заставить ребенка съесть полезную, но не очень вкусную пищу. Мы просто делаем так, чтобы другой еды не было, и в конце концов он ест. Получается, что, лишив его пищи (физическое событие), мы заставили его почувствовать голод (психическое событие), а поскольку он почувствовал голод, он съел полезную еду (физическое

событие). Но как физический акт лишения вызвал чувство голода и как это чувство привело в движение мышцы, участвующие в проглатывании пищи? Существует множество подобных загадочных вопросов. Что с ними делать?

Думаю, самая распространенная практика состоит в том, чтобы попросту их игнорировать. Можно верить, что поведение выражает чувства, предвидеть, что человек будет делать, угадывая или спрашивая его о том, что он чувствует, и изменять окружающую среду в надежде повлиять на чувства, не обращая практически никакого внимания на теоретические проблемы. Те, кого такая стратегия не вполне устраивает, порой прибегают к помощи физиологии. Считается, что разум в конечном итоге должен иметь физическую основу. Как недавно сказал один невролог, «сейчас все признают тот факт, что мозг обеспечивает физическую основу человеческого мышления». Фрейд верил, что его сложнейший психический аппарат в конце концов будет признан физиологическим, а ранние интроспективные психологи называли свою дисциплину физиологической психологией. Теория познания, называемая физикализмом<sup>1</sup>, утверждает, что, когда мы занимаемся интроспекцией или испытываем чувства, мы наблюдаем за состоянием или деятельностью нашего мозга. Однако основные трудности возникают, когда мы

---

<sup>1</sup> Физикализм – тезис о том, что все существующее является физическим или производным от физического, и ничего другого не существует. (Здесь и далее прим. науч. ред., если не указано иное.)

переходим от теории к практике: мы не можем предвидеть, что сделает человек, наблюдая непосредственно за его чувствами *или* нервной системой, и не можем изменить его поведение, влияя на его разум *или* мозг. Но в любом случае мы, кажется, не сделали хуже, игнорируя философские проблемы.



# Структурализм

Наиболее четкая стратегия – отказаться от поиска причин и просто описывать действия людей. Антропологи могут рассказать об обычаях и нравах, политологи – придерживаться линии бихевиорализма<sup>2</sup> и фиксировать политические действия, экономисты – собирать статистику о том, что люди покупают и продают, арендуют, кого нанимают, сколько сберегают и тратят, производят и потребляют, а психологи – изучать их взгляды и мнения. Все это можно сделать с помощью прямых наблюдений или систем записи, а также интервью, анкет, тестов и опросов. Изучение литературы, искусства и музыки часто ограничивается формами этих продуктов человеческого поведения, а лингвисты могут обойтись фонетикой, семантикой и синтаксисом. Можно сделать своего рода предсказание по принципу: если люди часто что-то делали, они, скорее всего, сделают это снова; они следуют обычаям, потому что им принято следовать, они демонстрируют избирательные или потребительские привычки по тем же причинам и так далее. Обнаружение организующих принципов в структуре поведения – таких как «универсалии» в культурах или языках, архетипические модели в лите-

---

<sup>2</sup> Бихевиорализм – направление в политической науке середины XX века, основывающееся на бихевиоризме. Изучает поведение отдельных людей и групп в разных социальных условиях.

ратуре или психологические типы – может позволить предсказать даже ранее не встречавшиеся случаи поведения.

Структура и организация поведения также могут изучаться как функции времени или возраста, как, например, развитие вербального поведения ребенка или его навыков решения задач, последовательность стадий, через которые проходит человек на пути от младенчества к зрелости, или этапы развития культуры. История изучает изменения, происходящие во времени, и если удастся обнаружить закономерности развития или роста, то это может быть полезным для прогнозирования будущих событий.

Контроль – это другое дело. Отказ от ментализма (или «психологизма») путем игнорирования причин поведения имеет свою цену. Структурализм и девелопментализм<sup>3</sup> не объясняют нам, почему соблюдаются обычаи, почему люди голосуют так, как они голосуют, или демонстрируют разное отношение или определенные черты характера, или почему разные языки имеют общие черты. Время и возраст нельзя контролировать; мы можем только ждать, пока человек или культура пройдут через определенный этап развития.

Систематическое пренебрежение полезной информацией обычно означало, что данные, предоставленные структуралистом, интерпретировались другими – например, лицами, принимающими решения, которым каким-то образом уда-

---

<sup>3</sup> Девелопментализм – экономическая теория, ставящая внутреннее экономическое развитие главной целью политических институтов.

ется учитывать причины поведения. Теоретически это означало выживание менталистских концепций. Когда требуются объяснения, примитивные культурные практики приписываются «уму дикаря», овладение языком – «встроенным правилам грамматики», развитие навыков стратегического решения задач – «росту ума» и так далее. Короче говоря, структурализм говорит нам о поведении людей, но очень мало освещает причины их поведения. У него нет ответа на вопрос, с которого мы начали.

# Методологический бихевиоризм

Проблемы ментализма можно избежать, если идти непосредственно к физическим причинам, предшествующим событию, минуя промежуточные чувства или состояния ума. Самый быстрый способ сделать это – ограничиться тем, что ранний бихевиорист Макс Мейер назвал «психологией другого»: рассматривать только факты, которые можно непосредственно наблюдать в поведении одного человека в его связи с предшествующими событиями. Если связи установлены, пренебрежение предполагаемой нефизической частью ничего не изменит. Так, если мы знаем, что ребенок долго не ел, и знаем, что из-за этого он чувствует себя голодным и, потому что голодный, он ест, мы знаем и то, что, если он долго не ел, он будет есть. И если, делая определенную пищу недоступной, мы заставляем его чувствовать себя голодным и из-за чувства голода он ест затем нужную, то из этого следует, что, делая одну еду недоступной, мы побуждаем его есть другую – нужную.

Точно так же, если определенные способы обучения человека заставляют его замечать очень маленькие различия в своих «ощущениях» и он осознает их, он может точнее классифицировать цветные объекты. Следовательно, мы можем использовать эти способы для обучения правильной классификации объектов. Или если прошлые обстоятельства в

жизни белого человека вызывают у него чувство неприязни по отношению к черным и это заставляет его вести себя агрессивно, то мы можем ограничиться рассмотрением связи между обстоятельствами в его истории и его опасным поведением.

Конечно, нет ничего нового в попытках предсказать или контролировать поведение, манипулируя или наблюдая за предшествующими социальными событиями. Структуралисты и девелопменталисты не игнорировали полностью прошлое изучаемых ими личностей, а историки и биографы исследовали влияние климата, культуры, социума и событий. Люди использовали практические методы предсказания и контроля поведения, не задумываясь о психологической подоплеке. Тем не менее на протяжении многих веков роль физической среды изучали крайне мало, хотя о человеческом познании и жизни разума были написаны сотни науко-емких томов. Программа методологического бихевиоризма стала реальной, только когда наметился прогресс в методах научного наблюдения за поведением, и только тогда стало возможным преодолеть мощный эффект ментализма в абстрагировании исследования от роли окружающей среды.

Менталистические объяснения ослабляют любопытство и сводят исследование на нет. Наблюдая чувства и душевные состояния в то время и в том месте, где они выглядят как причины, часто мы теряем интерес к дальнейшим исследованиям. Однако, как только окружающие условия начинают

изучаться, их значение невозможно отрицать.

Методологический бихевиоризм можно рассматривать как психологическую версию логического позитивизма или операционализма, но они занимаются разными вопросами. Логический позитивизм или операционализм утверждают, что поскольку ни один из двух наблюдателей не может согласиться с тем, что происходит во внутреннем мире человека, то с точки зрения физических наук психические события «ненаблюдаемы». Истина не может быть достигнута путем соглашения, и мы должны отказаться от изучения психических событий и вместо этого обратиться к тому, как они изучаются. Мы не можем измерить ощущения и способы восприятия как таковые, но мы можем измерить способность человека различать стимулы, и тогда понятие ощущения или восприятия может быть сведено к операции распознавания.

У логических позитивистов была своя версия «другого». Они утверждали, что робот, который ведет себя точно так же, как человек, точно так же реагирует на стимулы, меняет свое поведение в результате тех же действий, был бы неотличим от реального человека, даже если бы у него не было чувств, ощущений или идей. Если бы такого робота удалось собрать, это доказало бы, что ни одно из предполагаемых проявлений внутренних переживаний не требует менталистского объяснения.

В отношении собственных задач методологический бихевиоризм был более успешен. Он ответил на многие вопро-

сы, поставленные ментализмом, и отделился от него, ставя собственные, без ненужных философских отступлений. Акцентируя внимание на генетических и внешних предпосылках, он нивелировал неоправданный интерес к внутренней жизни. Это позволило изучать поведение низших видов, где интроспекция (тогда считавшаяся исключительно человеческой) была невозможна, и исследовать сходства и различия между человеком и другими видами. Некоторые понятия, ранее ассоциировавшиеся с личными событиями, были сформулированы другими способами.

Но проблемы оставались. Большинство методологических бихевиористов признавали существование ментальных событий, но при этом не рассматривали их. Действительно ли исследователи хотели сказать, что психические явления не имеют значения, что средняя стадия в этой трехступенчатой последовательности физического – ментального – физического ничего не дает – другими словами, что чувства и душевные состояния являются всего лишь эпифеноменами? Подобная точка зрения была известна и ранее. Мнение о том, что чисто физический мир может быть самодостаточным, было высказано за много веков до этого в учении о психофизическом параллелизме, согласно которому существовало два мира – мир разума и мир материи – и ни один из них не оказывал никакого влияния на другой. Теория Фрейда о бессознательном, в котором осознание чувств или душевных состояний казалось ненужным, развивалась в том же

направлении.

Но как насчет других доказательств? Является ли традиционный аргумент *post hoc, ergo propter hoc* абсолютно неверным? Неужели чувства, которые мы испытываем непосредственно перед действием, совершенно не связаны с нашим поведением? Как насчет власти разума над материей в психосоматической медицине? Как насчет психофизики и математической связи между интенсивностью стимулов и ощущений? А поток сознания? Или интрапсихические процессы в психиатрии, в которых чувства порождают или подавляют другие чувства, а воспоминания вызывают или заглушают другие воспоминания? А что с когнитивными процессами, которые, как считается, объясняют восприятие, мышление, построение предложений и творчество? Должно ли все это игнорироваться просто потому, что не поддается объективному изучению?



# Радикальный бихевиоризм

Утверждение, что бихевиористы отрицают существование чувств, ощущений, идей и других особенностей психической жизни, нуждается в существенном уточнении. Методологический бихевиоризм и некоторые версии логического позитивизма не включали частные события в правила, поскольку не могло быть согласия об их достоверности. Интроспекция не принималась в качестве научной практики, и психологические теории таких ученых, как Вильгельм Вундт и Эдвард Брэдфорд Титченер, подвергались соответствующей критике. Радикальный бихевиоризм, однако, придерживается другой линии. Он не отрицает возможность самонаблюдения или самопознания и их потенциальную полезность, но он ставит под сомнение природу того, что именно ощущается или наблюдается и, следовательно, познается. Он возвращается к самонаблюдению, но не к тому, что философы и интроспективные психологи считали своим «зрением», и ставит вопрос о том, насколько действительно глубоко можно заглянуть в свое тело.

Ментализм отвлекал внимание от внешних предшествующих событий, которые могли бы объяснить поведение, представляя альтернативное объяснение. Методологический бихевиоризм предполагал как раз обратное: занимаясь исключительно внешними предшествующими событиями, он уво-

дил в сторону от самонаблюдения и самопознания. Радикальный бихевиоризм восстанавливает некий баланс. Он не настаивает на «истинности по консенсусу»<sup>4</sup> и поэтому может рассматривать события, происходящие во внутреннем мире. Он не называет эти события ненаблюдаемыми и не отвергает их как субъективные. Он просто ставит под сомнение природу наблюдаемого объекта и достоверность наблюдений.

Эту позицию можно сформулировать следующим образом: источник того, что ощущается или интроспективно наблюдается, – это не какой-то нефизический мир сознания, разума или психической жизни, а собственное тело наблюдателя. Это не означает, как я покажу позже, что интроспекция является разновидностью физиологического исследования, и не означает (и в этом суть аргумента), что ощущаемое или интроспективно наблюдаемое является причиной поведения. Организм ведет себя так, как он ведет себя, в силу своей нынешней организации, но большая ее часть недоступна для интроспекции. В настоящее время мы должны довольствоваться, как настаивает методологический бихевиоризм, генетической и окружающей историей человека. Что можно наблюдать интроспективно, так это некоторые побочные продукты этих событий.

Среда внесла свой первоначальный вклад при эволюции вида, но она также оказывает иное влияние в течение жиз-

---

<sup>4</sup> В философии истина на основе консенсуса – это процесс признания утверждений истинными на том основании, что люди в целом с ними согласны.

ни индивида, и сочетание этих двух эффектов и есть причина того поведения, что мы наблюдаем в каждый момент времени. Любая доступная информация о том или ином из этих факторов помогает в прогнозировании и контроле поведения человека, а также в его интерпретации в условиях повседневной жизни. В той мере, в какой можно изменить любой из этих факторов, можно изменить и поведение.

Наши растущие знания о воздействии, оказываемом окружающей средой, дают возможность исследовать проявления внутреннего мира и природу самопознания. Это также позволяет интерпретировать широкий спектр ментальных проявлений. Например, мы можем рассмотреть те особенности поведения, которые заставили людей говорить о волевом акте, о чувстве цели, об опыте как о чем-то отличном от реальности, о врожденных или приобретенных идеях, о воспоминаниях, значениях и личных знаниях ученого, а также о сотнях других мысленных вещей или событий. Некоторые из них могут быть «переведены в поведение», другие отброшены как ненужные или бессмысленные.

Таким образом, мы устраняем основной ущерб, наносимый ментализмом. Когда причины действий человека приписываются только тому, что происходит внутри его, исследование прекращается. На протяжении двадцати пяти сотен лет люди были озабочены чувствами и психической жизнью, но лишь недавно появился интерес к более точному анализу роли окружающих условий. Незнание этой роли в первую

очередь привело к неправильным выводам, и они были увековечены объяснениями, которые сами же и породили.

# Пара слов предостережения

Как я отметил во введении, я выступаю не от имени бихевиоризма. Я считаю, что написал последовательный, связный рассказ, но он отражает мою собственную историю. Бертран Рассел однажды заметил, что подопытные животные, которых изучали американские бихевиористы, вели себя как американцы, перемещаясь почти случайным образом, в то время как подопытные животные немцев вели себя как немцы, в основном сидя и размышляя. Возможно, в то время это замечание было уместным, но сегодня оно бессмысленно. Тем не менее он был прав, утверждая, что все мы связаны с культурой и подходим к изучению поведения с неизбежным предубеждением. (И философы, конечно, тоже. Рассказ Рассела о том, как люди думают, очень британский, очень расселовский. Мысли Мао Цзэдуна на ту же тему – очень китайские. Как может быть иначе?)

Я не ожидаю никаких профессиональных знаний у читателя. Некоторые факты и принципы, я надеюсь, будут достаточно знакомыми, чтобы стать полезными, поскольку обсуждение не может происходить в вакууме. Но книга посвящена не самой науке о поведении, а ее философии, и я сократил научный материал до минимума. Некоторые термины встречаются много раз, но они не осложняют восприятие текста. Например, в последующих главах выражение

«непредвиденные обстоятельства подкрепления» встречается почти на каждой странице, но именно о непредвиденных обстоятельствах и идет речь в этих главах. Если бы они были о грибах, так же часто повторялось бы слово «гриб».

Многие аргументы выходят за рамки известных фактов. Я занимаюсь интерпретацией, а не предсказанием и контролем. В каждой научной области есть граница, за которой обсуждение, несмотря на его необходимость, не может быть таким точным, как хотелось бы. Один писатель недавно сказал, что «простые спекуляции, которые не могут быть подвергнуты экспериментальной проверке, не являются частью науки», но если бы это было так, то большая часть астрономии, например, или атомной физики не были бы наукой. Спекуляции необходимы для того, чтобы разработать методы, которые позволяют лучше изучить предмет.

Я рассматриваю десятки, если не сотни примеров использования менталистики. Они взяты из современной литературы, но я не ссылаюсь на источники. Я спорю не с авторами, а с практиками, которые иллюстрируют их термины или высказывания. Я использую примеры так же, как это делается в учебнике английского языка. (Я выражаю сожаление, если авторы предпочли бы, чтобы им отдали должное, но я руководствуюсь золотым правилом и поступаю с другими так, как хотел бы, чтобы поступали со мной, если бы я использовал подобные выражения.) Многие из этих выражений я «перевожу в поведение». Я делаю это, признавая, что traduttori –

traditori (переводчик есть предатель) и что, возможно, нет точных поведенческих эквивалентов, и уж тем более нет эквивалентов с подтекстом и контекстом оригинала. Тратить много времени на точное переопределение терминов сознания, воли, желания, сублимации и так далее было бы так же неразумно, как физикам делать то же самое для эфира, флогистона или живой силы.

В заключение несколько слов о моем собственном вербальном поведении. Язык отягощен ментализмом. Чувства и душевные состояния занимают ведущее место в объяснении человеческого поведения; и литература, интересующаяся тем, как и что люди чувствуют, обеспечивает тому постоянную поддержку. В результате невозможно вести непринужденный разговор, не вызывая в памяти отпечатки менталистских теорий. Роль окружающей среды была открыта очень поздно, и единый лексикон еще даже не сформировался.

Не вижу причин избегать таких выражений, как «Я решил обсудить...», для обычного разговора (хотя я и сомневаюсь в возможности свободного выбора), или «Я имею в виду...» (хотя я сомневаюсь в существовании разума), или «Я осознаю факт...» (хотя я даю особую интерпретацию понятия осознания). Бихевиорист-неофит иногда смущается, обнаружив, что использует менталистские термины, но приговор, одним из следствий которого является его смущение, оправдан только тогда, когда термины используются в про-

фессиональной дискуссии. Когда важно четко сформулировать вопрос, необходим именно научный язык. Часто это будет казаться вынужденным или окольным путем. От старых способов говорить отказываются с сожалением, а новые неудобны и некомфортны, но данные перемены необходимы.

От подобного изменения наука страдает не впервые. Были периоды, когда астроному было трудно не звучать как астролог (или не быть астрологом в душе), а химик никак не мог освободиться от алхимии. Мы находимся на аналогичном этапе в науке о поведении, и чем скорее завершится переход, тем лучше. Практические последствия легко продемонстрировать: образование, политика, психотерапия, пенология<sup>5</sup> и многие другие области человеческой деятельности страдают от некорректного использования мирской лексики. Теоретические последствия продемонстрировать сложнее, но, как я надеюсь показать в дальнейшем, они не менее важны.

---

<sup>5</sup> Пенология – тюрьмоведение, наука, занимающаяся вопросами исправления заключенных.



## 2

# Внутренний мир

Внутри каждого из нас заключена небольшая часть Вселенной. Нет никаких причин, почему она должна иметь какой-то особый физический статус, поскольку находится в этих границах, и в конце концов мы могли бы получить полное представление о ней из анатомии и физиологии. Однако в настоящее время не существует достаточно полного описания внутреннего мира человека, и поэтому наше взаимодействие с ним каким-либо способом является очень важным. Мы чувствуем его и в некотором смысле наблюдаем за ним, и было бы глупо пренебрегать этим источником информации только потому, что только один человек может установить контакт с одним внутренним миром. Тем не менее наше поведение при установлении такого контакта требует изучения.

Мы чувствуем собственное тело с помощью трех сенсорных систем, две из которых особенно чутки к внутренним свойствам. Так называемая интероцептивная система передает сигналы от таких органов, как мочевой пузырь и пищеварительный тракт, от желез и их протоков, а также от кровеносных сосудов. Она в первую очередь важна для внутренней жизнедеятельности организма. Так называемая проприоцептивная система передает импульсы от мышц, суставов

и сухожилий скелетного каркаса и от других органов, участвующих в поддержании положения тела и выполнении движений. Мы используем глагол «чувствовать» при описании контакта с этими двумя видами стимуляции. Третья система, экстероцептивная, в основном работает для того, чтобы мы могли видеть, слышать, ощущать вкусы, обонять и чувствовать окружающий мир, но она также играет важную роль в наблюдении за собственным телом.

# **Наблюдение и описание внутреннего мира**

Все три системы предположительно развились до своего нынешнего состояния, выполняя важные биологические функции, но с появлением вербального поведения они обрели и другую. Со временем люди стали задавать друг другу вопросы, ответы на которые так или иначе требовали отклика от тела. Такие вопросы, как «Ты голоден?», «У тебя болит голова?», «Что ты делаешь?», «Что ты планируешь делать завтра?», «Что ты делал вчера?» и «Почему ты это делаешь?», влекут за собой ответы, полезные для прогнозирования и подготовки к действиям другого человека, и они дают информацию о мире, недоступном для прочих людей.

Можно было бы ожидать, что, поскольку человек находится в тесном контакте с собственным телом, он должен уметь хорошо описывать его состояния и процессы. Однако сама закрытость происходящих в теле процессов, которая, кажется, наделяет человека особыми привилегиями, затрудняет для общества задачу научить его делать различия. Оно может научить ребенка называть цвета различными способами. Например, можно показывать ему цветные предметы, просить его называть словами цвета и хвалить или поправлять его, когда его ответы соответствуют или не соответствуют цветам предметов. Если у ребенка нормальное цветовое

зрение, мы ожидаем, что он научится точно определять цвета. Однако общество не может следовать той же практике, обучая его описывать состояния собственного тела, поскольку у него нет информации, необходимой для того, чтобы похвалить или исправить его.

## Сообщения о своих чувствах

К счастью, из этого не следует, что никто не способен научиться описывать состояния собственного тела, поскольку вербальная общность может в некоторой степени решить проблему закрытости. Например, можно обучиться ответам, описывающим внутренние состояния, используя связанные с ними внешние проявления. Нечто подобное происходит, когда слепого человека учит называть предметы, которые он чувствует, учитель, который эти предметы просто видит. Он может похвалить или поправить ученика, потому что визуальные и тактильные стимулы почти идеально коррелируют. Вербальная общность следует довольно схожей практике, когда обучает ребенка такой фразе, как «Это больно». Когда он получает резкий удар или порез, они достаточно надежно ассоциируются с личными стимулами, вызванными ими. Вербальная общность использует публичную информацию, но ребенок может со временем сказать «больно», реагируя только на личное событие. Он научился описывать личный стимул с точностью, которая зависит только от того, насколько хорошо согласуются публичные и личные события.

Этот процесс объясняет, почему термины, описывающие боль, почти всегда описывают ее внешние причины. Английское слово *rain* происходит от греческого и латинского сло-

ва, означающего наказание<sup>6</sup>. Острая боль – это боль, вызванная острым предметом, тупая боль – тупым предметом. Боль может быть разрывающей или пронзительной, головная боль может колоть. Мы часто спрашиваем о чувствах, задавая вопрос: «На *что* это похоже?» – и ответ обычно относится к внешнему состоянию, которое часто вызывает аналогичный внутренний эффект. Так, человек, которому улыбнулась удача, может сказать: «Я чувствую себя, словно выиграл миллион долларов». Стандартной литературной практикой является рассказ о чувствах путем описания условий, которые, вероятно, вызовут аналогичные чувства. Китс сообщил о том, что он почувствовал, когда впервые прочитал «Первый взгляд на Гомера» Чепмена, следующим образом:

*Так ликует звездочет,  
Когда, взглядевшись в звездные глубины,  
Он вдруг светило новое найдет.  
Так счастлив Кортес был, чей взор орлиный  
Однажды различил над гладью вод  
Безмолвных Андов снежные вершины*<sup>7</sup>.

Вербальная общность может также обойти ограничения, налагаемые приватностью, используя побочные реакции на стимулы, которые человеку предстоит научиться идентифицировать или описывать. Например, можно заметить не

---

<sup>6</sup> Лат. *poena*, др. – греч. *ποινή* – кара, наказание.

<sup>7</sup> Перевод В. Микишевича. (Прим. пер.)

только то, что ребенок получает болезненный удар, но и то, что он плачет. Тогда личные стимулы, управляющие реакцией «это больно», с меньшей вероятностью будут описаны терминами, которые сначала описывали бы внешние. Точно так же, хотя общество может научить ребенка говорить: «Я голоден», потому что известно, что ребенок долго не ел, оно с гораздо большей вероятностью воспользуется сопутствующим поведением: заметит, что ребенок быстро реагирует или жадно ест, когда ему дают еду. Затем ребенку говорят, что он голоден, и ребенок может усвоить выражение «я голоден» по отношению к побочным личным стимулам, к которым вербальная общность прямо подобраться не может.

Термины, обозначающие эмоциональные или мотивационные состояния, часто показывают некоторую связь с внешними обстоятельствами, вызывающими их. Например, мы чувствуем огорчение в первоначальном смысле «горечь» или волнение в смысле «волна», но эти слова могут быть не более чем метафорами. Мы не напряжены в прямом смысле слова «напряжение» или подавлены в прямом смысле слова «давить». Возможно, эти слова возникли при обстоятельствах, не связанных с поведением или чувствами. Почти все термины, описывающие эмоции, не имеющие прямой отсылки к побуждающим условиям, изначально были метафорами.

Хотя вербальная общность решает проблему личного пространства таким образом и добивается успеха в обучении человека описывать многие состояния своего тела, эти

описания никогда не бывают полностью точными. Врач допускает значительную свободу в описании пациентом своих недомоганий и болей. Трудность не в том, что пациент не получает стимулы совершенно четким образом, а просто в том, что он никогда не подвергался условиям, при которых он научился бы адекватно их описывать. Более того – и это очень важный момент, к которому я вернусь позже, – первоначальные биологические функции, ответственные за эволюцию нервной системы, не привели к созданию системы необходимой вербальной общности. В результате мы склонны не доверять описаниям личных ощущений, особенно когда это имеет другие последствия – как, например, при симуляции болезни.



# Сообщения о поведении

**ТЕКУЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ.** Вопрос «Что ты делаешь?» запрашивает информацию, которая может быть вполне очевидной, но в данный момент недоступной для спрашивающего, если он, например, разговаривает по телефону, находится в темноте или за углом. Лексика, в которой дается ответ, может быть усвоена, когда поведение видимо для всех собеседников, и поэтому вербальная общность не имеет ограничений. Описания могут ограничиваться топографией («Я машу рукой») или включать воздействие на окружающую среду («Я пью воду из стакана» или «Я пришиваю пуговицу к рубашке»). Проприоцептивные стимулы доминируют, когда человек описывает свое поведение в темноте, но они тесно связаны с открытыми стимулами, используемыми вербальной общностью при обучении. Вопросы такого рода задаются потому, что ответы на них важны для окружающих, но, как мы увидим позже, они также становятся важными и для самого говорящего, причем именно так, чтобы сохранить их точность.

**ВЕРОЯТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ.** «Что вы думаете делать?» — это метафорический вопрос, на который метафорическим ответом может быть «Я собираюсь пойти...». Склонность к чему-либо также является метафорой, предполагающей, что вас наклоняют. Предположительно ответы зависят от стиму-

ла, вызванного условиями, которые связаны с выраженной вероятностью действия. Когда во время торжественного мероприятия происходит что-то смешное, мы можем сказать: «Мне захотелось посмеяться» или «Я с трудом удержался от смеха». Стимуляция, описанная таким образом, предположительно восходит к более ранним случаям, когда появлялся смех и был приобретен соответствующий словарный запас.

**ПЕРЦЕПТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ.** Можно спросить человека: «Ты это видишь?» – и проверить ответ, попросив назвать или описать увиденное.

**ПРОШЛОЕ ПОВЕДЕНИЕ.** В ответах на такие вопросы, как «Что вы делали вчера?» или «Кого вы видели?», может использоваться лексика, полученная в связи с нынешним поведением. Человек просто говорит с особой точки зрения: он несомненно был там. Такие вопросы едва ли отличаются от, скажем, «Что случилось вчера?». (Вопрос о том, легче ли описать вчерашнее поведение, если человек также описывал его вчера, довольно значим. Например, было высказано предположение, что мы не помним, что происходило в младенчестве, потому что не могли это описать в то время [«младенец» подразумевается как «неспособный к речи»], но мы не постоянно описываем наше поведение, хотя обычно можем сделать это позже. Тем не менее быстрое забывание сновидений и мимолетных мыслей, которые не были четко «отмечены», говорит о том, что текущее запоминание – луч-

ший способ убедиться в том, что поведение может быть описано позднее.)

**СКРЫТОЕ ПОВЕДЕНИЕ.** Гораздо более сложным вопросом является «О чем вы думаете?», где «думание» относится к поведению, осуществляемому в таком малом масштабе, что оно незаметно для других. (Другие случаи употребления слова «думать» обсуждаются в главе 7.) При описании скрытого поведения мы можем изображать публичное поведение в миниатюре, но более вероятно, что речь идет о личных условиях, связанных с внешним поведением, но не обязательно порожденных им. Вербальное поведение может легко стать скрытым, потому что оно не требует поддержки со стороны окружающей среды. «Я сказал себе...» используется как синоним «я подумал...», но «Я поплыл себе» просто не имеет смысла.

Особенно озадачивает скрытое перцептивное поведение. Воображение или фантазирование как способы «увидеть» что-то за отсутствием видимого, предположительно, являются вопросом того, как человек поступает, когда видимое присутствует. Я вернусь к этому в главе 5.

Вербальная общность может прибегнуть к инструментальному усилению, например активности мышц и таким образом сделать скрытое поведение в некотором смысле публичным и способствовать возврату к видимому уровню, например если попросить человека «думать вслух», но и это не может передать в точности скрытое поведение. Однако

нет никакой проблемы в происхождении словарного запаса. Слова, используемые для описания скрытого поведения, — это слова, приобретенные при публичном поведении.

**БУДУЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ.** Еще один сложный вопрос — «Что вы будете делать?». Ответ, конечно, не является описанием самого будущего поведения. Это может быть информация о сильном скрытом поведении, которое, вероятно, будет явлено публично, когда представится случай («Когда я его увижу, я напому ему, что он должен мне десять долларов»). Это может быть предсказание поведения на основании текущих условий, с которыми это поведение часто ассоциируется («Когда дела обстоят так, я обычно сдаюсь» или «Я голоден и собираюсь перекусить»). Это может быть сообщение о высокой вероятности определенного рода поведения.

Заявления о будущем поведении часто включают слово «чувствую». Возможно, «я чувствую, что хочу играть в карты» можно перевести как «я чувствую себя так, как часто чувствую себя, когда начинаю играть в карты». Вопрос «Что ты *хочешь* сделать?» может относиться к будущему в смысле вопроса о вероятности поведения.

Отношение («Ты действительно хочешь делать то, что делаешь?») или «Ты действительно хочешь поехать на пляж в отпуск?») может быть частью метафоры о склонности или тенденции.

В целом вербальная общность может проверить точность заявлений относительно склонностей и тенденций, по край-

ней мере статистическим способом, глядя на то, что происходит, и точность контроля, поддерживаемого личными стимулами, таким образом, в некоторой степени обеспечена. Мы увидим, что самоописательное поведение служит также самому человеку и в момент его совершения оно имеет тенденцию оставаться точным.

**МНОЖЕСТВЕННЫЕ СМЫСЛЫ.** Условия, имеющие отношение к поведению, сообщаются в соответствии с обстоятельствами, в которых они были получены, а это означает, что высказывание может быть истолковано несколькими способами. Рассмотрим сообщение «Я есть, был или буду голоден». «Я голоден» может быть эквивалентно «Я мучаюсь от голода», и если у вербальной общности были бы какие-то средства для наблюдения за сокращениями желудка, связанными с голодными муками, она могла бы определить реакцию, основываясь только на этих стимулах. Это также может быть эквивалентно «Я активно ем». Человек, заметивший, что он жадно ест, может сказать: «Я действительно голоден». Или, оглядываясь назад: «Я был голоднее, чем я думал», отбросив другие свидетельства как ненадежные. «Я голоден» также может быть эквивалентом фразы «Я давно ничего не ел», хотя это выражение, скорее всего, используется для описания будущего поведения: «Если я пропущу свой ужин, я буду голоден». «Я голоден» также может быть эквивалентно «Я чувствую, что хочу есть» в смысле «Я чувствовал это раньше, когда начинал есть». Это может быть эквивалентно

«Я скрыто веду себя так же, как при получении и потреблении пищи», или «Я мечтаю о еде», или «Я думаю о том, что мне нравится есть», или «Я ем для себя». Сказать: «Я голоден» – значит сообщить о нескольких или всех этих состояниях.

# Выявление причин поведения

Вопрос «Что ты делаешь?» часто является просьбой о предоставлении дополнительной информации. Этот вопрос может быть задан человеку, который роется в коробке с мелкими предметами, и типичным ответом может быть: «Я ищу свой старый перочинный нож». Слово «рыться» описывает особый тип поведения; помимо определенной картины, оно подразумевает причину. Человек, который роется, ищет что-то, и его поиски прекратятся, когда это что-то будет найдено. Другой вопрос «Что ты ищешь?» сужает поле поиска, и «Мой старый перочинный нож» определяет искомый предмет, нахождение которого положит конец поведению. Следующий вопрос «Почему ты ищешь свой нож?» может привести к ответу: «Потому что мне он нужен», что обычно означает больше, чем «Потому что он нужен».

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.